



「スピカ」は農業の女神である乙女座の1等星です

Vol.476

3・4月号

MARCH

3

APRIL

4

2024年

3月1日発行（隔月発行）

生活クラブ

〒333-0857

埼玉県川口市小谷場 206

TEL 048-424-2763

FAX 048-424-2796

産地 とつながる

特集

第50回庄内交流会に参加しました
～「たべる」と「つくる」つながろう、これからも～



まるごと栃木 生産者を訪ねる旅（2023年10月実施）
那須山麓米生産者（どではら会佐藤会長）の田んぼにて

組織数と利用

- 1月末組合員数 組合員数 36,389名 共同班 5,081名 個配 26,796名 デポー 4,512名 対期首（2023年4月～）-53名
- 利用高（2024年1月1回～1月5回）※展示会除く 総額741,891千円 世帯当たり平均 23,142円 共同班平均 19,770円 個配平均 24,235円

Y・Oさん
(狭山ブロック 鶴ヶ島支部)
家族/夫、子ども3人(8歳・4歳双子)、母



お気に入りの消費材♡
【北海道小麦粉 強カタイプ】
ネット注文のロコミを見て買ってみたらパンがおいしく焼けるので。
【ブラックチョコレート 400g】
お菓子やパン作りに。子どもにもちょうどよい甘さが出ます。
【国産十割こしめし・カップ】
こんなにおいしくてこの値段!

自然体で暮らしている食いしん坊家族、これまでもこれからも

豊かな自然に恵まれた狭山丘陵の一角で暮らすY・Oさんは、狭山ブロックの中でもダントツに野菜を購入されている組合員です。広大な農地や敷地を案内してもらいながらお話を伺いました。

デポの会員から
鶴ヶ島メソンの組へ

もともと母が自然食志向で、自分も近場の自然食のレストランで働いていました。子どもの通院で東京に通っていた頃、近所にデポーセタがやがあったのでこの会員として生活クラブを利用するようになりしました。
4年前、鶴ヶ島支部の役員をしていた幼稚園の先生からお誘いがあり、鶴ヶ島メソンの「結」に加入して今に至ります。消費材をとりに行くのはもっぱら夫まかせです。

多彩な消費材に感謝!

生活クラブはなんとといっても消費材の種類が多いところが気に入っています。スパイスから季節品など多彩で、いろいろ選べるのが楽しいです。
農産物はあらゆる野菜や果物を購入しています。自分でも野菜を作っているのだからですが、同じ品質のものをたくさん作り続けることはとても大変なことです。ましてや、最近は気候変動の影響も大きく、ご苦労が絶えないのは。路地ものでも加温栽培でもありますがたくわいていきます。

大家族のなかで



恐竜に夢中な長男くんも畑を案内してくれました

夫の実家に別棟を建てたところに住んでいます。母屋に夫の両親と弟の3人が暮らしているのですが、我が家と合わせたら大家族、折りに触れて年に5〜6回はみんなで食事をします。生活クラブの食材で料理をすると、野菜の味がしっかりしているのでも簡単な料理でもおいしくて助かりますね!
夫の両親も野菜作りをしているので、子どもたちに話を聞かせてもらいながら小さいうちから畑を身近に感じてほしいと思っています。

自然と共存して生きたい

いま、PTAの役員です。忙しいこともあり、それ以外はあまり外には出ないで家で過ごすようにしています。うちは自分と夫を始め子どもたちも食いしん坊なので、食事はしっかり食べますがあまり手をかけないで楽しむ感じです。自分の畑も自然にまかせてあまり手を加えず、考えてみれば子育てもそんな感じですね(笑)
自然と共存していくのが大事だと思っています。



ネギの皮むき作業中のお義父さんと

2023年12月中旬取材
編集ワーカーズ・ふれあ

越谷
ブロック

楽しく!おいしく!
野菜の利用を広めよう!
「野菜料理講習会」

越谷ブロックでは2023年度、「ブロック消費委員会」と「三郷八潮支部」であつぱればれば野菜おまかせ4点セットの利用を進めるため、「野菜料理講習会」を5月7日、29日、6月2日と、開催しました。
三郷市と八潮市合同の支部である三郷八潮支部委員は6名。久しぶりの実参加での料理講習会を開催するのは不安もありましたが、野菜がたっぷり摂れるレシピとメニューで、調理中は和気あいあいと参加された皆さんと野菜を通して楽しい交流ができました。

今回の講習会に向けて越谷ブロック消費委員会では、レシピを知りたい旬の野菜を聞き取りし、各自レシピを持ち寄りました。そのうち、簡単だけと見栄えもする野菜レシピ6品を選び、講習会で紹介しました。講習会を通じ、委員会メンバー自身も野菜の新しい食べ方の発見もできました。また



講習会で紹介の野菜レシピはこちら→



産地のこと、気候変動のことなどを学びながらいただく野菜は、いつも以上にとてもおいしく感じられました。新しく組合員になった方にも良さを知ってもらい、食べ続けてほしいと思います。



越谷ブロック 大亀晃子

FEC 自給ネットワーク
生活クラブは、自然と共生し、食べ物 (Food)、エネルギー (Energy)、福祉 (Care) をできる限り自給・循環させる「FEC 自給ネットワーク」づくりをすすめています。

生産コストの上昇や担い手不足など生産地の状況は厳しさを増しています。消費材の生産地が持続可能な地域となるために、『食べ物 (Food)』『エネルギー (Energy)』『福祉 (Care)』を地域で自給し、地域雇用を生み出し、地域の活性化を図ることが必要です。

生活クラブと庄内地域の50年に渡る取り組みを通して「共同開発米」「日本の米育ち三元豚」から「庄内遊佐太陽光発電」、「TOCHITO (トチト)」へと発展させてきました。私たち一人ひとりが消費材を食べることで、持続可能な地域づくりをすすめることができるのです。

食の提携にとどまらない生活クラブと庄内地域の50年

<p>Food(食) 地域の様々な生産者の連携により生産過程で出た資源を循環。 例) *家畜のための飼料用米栽培 *家畜の排泄物、廃棄野菜等を堆肥化し田んぼ・畑の肥料として利用 *酒造りでできた酒粕を豚のみそ漬けに活用</p>	<p>Energy(エネルギー) 元採石場の遊休地を利用し『庄内・遊佐太陽光発電所』を建設し、地域に電気を供給。建設費50億円は生活クラブの組合員や庄内地域の住民からの市民ファンドを活用。収益の一部を『庄内自然エネルギー発電基金』として積み立て、庄内地域の持続可能な地域づくりの資金に活用。</p>	<p>Care(福祉) 「TOCHITO」は生活クラブが連携する酒田市の移住・定住拠点づくり。移住者が地域との交流の中で、まちづくり等に参画し、担い手として活動できる仕組み。活動を通じて自己実現をできる場。</p>
--	--	--

山形県庄内エリア

参加・協力

全国の生活クラブグループ

豚肉

熊谷ブロック
金子孝子 さん



生活クラブでお気に入り消費材 No.1は豚肉全般です。今回その生産者である平田牧場や平牧工房を見学できることがとても楽しみでした。なぜこの豚肉やハムやソーセージはこんなにおいしいのか…それは、飼料や生育環境にこだわり丁寧に育てられているからでした。お米を食べて育った豚肉は白身（脂身）も甘いのです。



お米

「庄内遊YOU米」は、農薬を山形県の基準の半分以下に抑えてあり、さらに「とことん共生米」は化学肥料・農薬不使用で栽培されています。どちらも夏の暑い時期に熱中症と隣り合わせで草刈りをしなければならないご苦労があることを知りました。これからも感謝の気持ちを伝えることを忘れず、また50年先も食べ続けられるように仲間を増やしていきたいです。



所沢ブロック
前田京子 さん

野菜

大宮ブロック
峰松幸江 さん



「月山農場」は有機農法による野菜栽培の生産者グループです。赤かぶ漬など庄内特産野菜の加工製造もしています。笑顔でお話をしてくださった石井さんのおばあちゃんが、40年前に石ころだらけだった山を開墾して無農薬の馬鈴薯を栽培したのが始まりです。受け継がれてきた歴史と苦労を知り、驚きと感謝の気持ちがあふれました。



第50回 庄内交流会に参加しました

～「たべる」と「つくる」つながろう、これからも～
第50回目の庄内交流会（2023年7/23～26）に生活クラブの各地域から66名、埼玉からは6名の組合員が参加しました。参加者の皆さんが現地で学んだこと、感じたことを紹介します。

お酒

越谷ブロック
齋藤紀子 さん



「月山トラヤワイナリー」は標高1980mの月山の麓にあります。『ワインと風土は一体である』との理念に基づき山形県産のブドウ、果実のみを使用し、酸化防止剤の使用を最小限に抑え、酸化防止剤無添加ワインにも取り組んでいます。以前は日本酒の醸造所だったそうで、建物が昔ながらの日本家屋で趣がありました。ワインの他にも日本酒、焼酎など幅広い消費材があります。皆さんもぜひ、お気に入りを見つけてくださいね。



50周年レセプション&TOCHiTO

生産者の皆さん、各単協の組合員、連合会事務局、そして酒田市長、TOCHiTOに入居の皆さんまで大勢の仲間との交流が持てました。庄内生産者のおいしい料理やお酒をたっぷり味わいながら、50年間の歴史を学びました。帰宅後はここで得た感動をぜひとも広く伝えていこう、と誓い合いました。



所沢ブロック
鈴木礼子 さん



せっけん

川口ブロック
吉川みゆき さん



下の写真はJA庄内みどりの遊佐女性部のせっけん工房です。約40年前、河川的环境保全を目的にせっけん運動を始めました。学校の廃食油でせっけんを作り、地域全体で利用することで環境を守ろうという取り組みです。せっけんは、合成洗剤とは異なり川に流れても影響を与えません。環境に良いせっけんを使ってきれいな水を守り、その水で安心安全な農畜産物を生産できるように、これからもせっけん運動の輪を広げていきたいと思っていました。



消費材のヒミツ、学んで実感!

～産地や交流会で組合員が学んだ消費材の魅力をお伝えします!～



今回は、庄内交流会に参加し学んだ、豚加工肉 人気 No.1 のポークウインナーに使われている「羊腸」についてお伝えします!

ポークウインナーの生産者は山形県酒田市にある(株)平牧工房です。

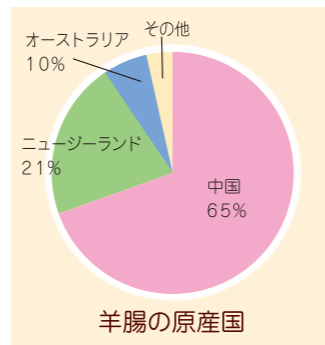
(株)平牧工房では、ソーセージの原料を詰めるのに天然の羊の腸を使っています。羊腸は、同じ市内の(株)NORI コーポレーションで加工処理され、パイプに巻き込んだ状態で納品されます。

こだわり!

(株)平牧工房用の羊腸は、加工処理で一般的に行われるリン酸塩処理(たんぱく除去)、薬品による漂白処理などは一切していません。時間を



かけてすべて水処理による手作業で行っています(写真)。そのため薬品を使用した場合の2～2.5倍の手間と時間がかかります。



さらに羊腸の品質を確かめるために、中国に直接足を運び仕入れられています。残留動物用医薬品等については、年に1回検査データを入力し問題がないことを確認しています。

天然腸詰めは、肉と腸が一体化し、味わいが増し、歯ざわりが良く、コラーゲンのかたまりで栄養面からの効果も期待できます。ここにもおいしさのヒミツが隠れています!

大宮ブロック 峰松幸江

くらしの豆知識

気候変動と野菜の今昔

野菜の収穫時期には「はしり」、「さかり」、「なごり」と旬の時期が三つあることを皆さんご存じでしょうか?

「はしり」は、その季節にはじめて収穫され、市場に出まわる野菜で、皆さんが一番購入している時期になります。しかし実は「さかり」の時期が野菜にとって一番おいしい盛りで、甘みがあり、栄養価も一番高い時期なのです。縁起の良い「はしり」から「さかり」、コクや深みを味わえる「なごり」と、それぞれの旬を逃さず味わっていただきたいと思います。

また、昔から旬の野菜を大切に食べてきた日本人ですが、現在では一年を通して様々な野菜を購入し、食べることができるようになりました。その一つに「加温栽培」があります。農薬を減らし、青果が病気にならない方法として、また生育環境が整い計画的に収穫できるので、生産者にはありがたい方法です。野菜の生産現場は時代と共に変わっています。ぜひ、一年を通して様々な野菜を食べていただきたいと思っています。



近年の気候危機により、野菜が今までのように育ちにくい天気が続く時もあります。「あっぱれはればれ野菜おまかせ4点セット」や「さいたま産地限定野菜セット」(期間限定、生活クラブ埼玉のみの取り扱い)を予約することにより、安定した価格で購入できます。さらに、生産者も安心して生産でき、生産者-消費者ともにメリットのある予約購入はおすすめです!

★ 理事会報告 ★

(12月-1月)

●【2024年度 春の仲間づくりとキャンペーン】

展示説明会、イベント出展等を豊富に展開します。また、生産者交流会など生産者と出会う機会の開催を支部やブロックへ呼び掛け、消費材を学ぶと同時に仲間づくりの機会としても展開します。

新規加入者へのキャンペーン特典や紹介活動を豊富化するための取り組みを展開します。

●【50周年記念活動】

2024年度は生活クラブ埼玉創立50周年の節目となります。「生活者としての50年を振り返り、これからの欲しい暮らしに一步ふみだす」機会として、秋の開催に向けて、50周年記念イベント実行委員会および50周年記念誌作成実行委員会を設置しました。

●【50周年記念ロゴマークが決定しました】

全22作品の応募が集まり、1月理事会で投票の結果、50周年記念ロゴマークが決定しました。

投書コーナー

「冷蔵庫に必ず入っている野菜とその理由」

● 我が家は長ネギが入っています。納豆好き家族なので必ず長ネギを入れますし、鍋物に長ネギはかせません。また風邪の引き始めには、たっぷり刻んだネギ味噌汁を必ず作り、風邪予防には最適です!!

藤野 恵さん

● 小松菜です。洗って一口大に切ったものを保存容器に入れてあります。それを毎朝お味噌汁に入れます。カルシウム補給のためです。

京都に住みたいさん

● 絶対にある野菜はニンニクです!家族全員ニンニクが大好きで、一回の料理に丸っと一玉使ってます!家族同士では、もう匂いも分からない位、身体の一部になってます。お陰で風邪知らずです!

モンブランさん

2024年 7・8月号のテーマは...

「あなたが『だいじ』にしていること」 〈み切: 3月29日金必着〉

投書方法

テーマに関して、意見やみんなに伝えたいことなどをお寄せください。原稿は100字以内で!

投稿してくれた方から抽選で5名に「牛乳でまぜまぜデザートとハグみちゃんとコーすけグッズ」をプレゼントします。



WEBフォームはこちら→



はがき、FAX、WEBサイトフォームから受付けます。
〒333-0857 川口市小谷場206
生活クラブ埼玉本部(スピカ担当宛)
FAX:048-424-2796

なんでも



聞いてみよう

もしも、届いた青果物が「傷んでいて食べられない」「量目が足りない」などがあったら...

必要事項を書いて提出してください。

お手元に農産物連絡カードはありますか? なければメモ書きでOK!です。右記、必要事項を記入して、次の配達日に注文書と一緒に提出してください。傷み、量目不足等の割合に応じて返金されます。

こちらの問い合わせフォームからも申請できます→



《必要項目》

- ・組合員コード、組合員名、電話番号
- ・消費材名、生産者名(届いた野菜に同封してある生産者カードをご覧ください。)
- ・配達日
- ・事故発見日時、保管状況、経過等
- ・事故割合(3個中1個等記入してください。食べられる部分は食べてください。)

紙面アンケートにご協力ください。

単協機関紙スピカの紙面を充実させていく為、紙面評価アンケートを行っています。

QRより紙面アンケートを受け付けています。

〈み切: 4月末まで〉



詳しくはこちら↑

紙面アンケートに
ご協力ください

～ JAさがえ西村山(旧大江町農協)視察 ～

チャレンジ葉とらずりんご
(ふじ)

葉とらずりんごはたくさんの葉から光合成の栄養を果実にしっかり送ることができるので甘くなります。果実の色づきは薄いため市場には出回りません。また、通常よりも1ヶ月以上早く(8月10日までに)農薬散布を終わらせるチャレンジをしています。より安心安全な、生活クラブでしか味わえないりんごです。

50周年記念
消費材の開発に向けて



一本の木にたくさんのふじりんご。見事に実って感動モノの光景でした。伊藤さんの笑顔のようにりんごも「おいしいよ～」とほほ笑んでいるようでした。



さがえの単協独自消費材

加工所で製造している消費材はどれもおいしさが詰まっています。

(左から)りんごの里、紅っこ、凍みもち、きざみ梅、かりかり梅、おたっしゃ豆、おみ漬け



JAさがえ西村山 大江りんご部
部長 伊藤 長一郎 さん

お越しいただきありがとうございます。ここは私のりんご畑です。一生懸命作って赤くなりました。皆さん、おいしく食べてください。よろしくお願ひします。

伊藤さんからの
メッセージ動画→



山形県のほぼ中央に位置するJAさがえ西村山(旧大江町農協)。生活クラブ埼玉の組合員が1976年に大江町農協婦人部に訪問し農作業体験交流を行ったことをきっかけに、1978年の紅玉りんごから、青果物消費材の取り組みがスタート！以後、りんごやさくらんぼの収穫体験ツアーや、埼玉の各くらぶルーム、くらぶメゾン、生活館等で開催した『さがえフェア』を通して交流を深めてきました。

コロナ禍でもオンラインでの交流を継続し、2023年11月に4年ぶりに共同購入政策委員会メンバーと職員でさがえの生産地視察が実現。生産者の皆さんから非常に温かく迎えていただき、さがえ提携協議会では

13部会の皆さんから2023年の生産状況の報告、生活クラブ埼玉50周年記念消費材の開発に向けた協議等行いました。伊藤さん曰く、2023年の夏は異常な暑さと少雨で初めての経験が多かったとのこと。それでも生活クラブのために今後も生産を続けたいという強い思いを届けてくださいました。

この視察で、生活クラブ埼玉とともに歩んださがえの生産者の皆さんとのつながりがさらに深まったことはもちろん、50周年記念消費材の共同開発実現に向けた一歩となりました。

狭山ブロック 仲田真理子